LA FORMATION CONTINUE AU SERVICE DES PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ DEPUIS 1980

PSYCHIATRIE DE L'ADULTE

N° 1039

THÉRAPIE FONDÉE SUR LA PLEINE CONSCIENCE ET LA COMPASSION

www.afar.fr

46 rue Amelot CS 90005 75536 Paris Cedex 11 | Tél. : 01 53 36 80 50 | formation@afar.fr
N° de déclaration d'activité : 11 75 04 139 75 | SIRET : 410 079 339 00017 | NAF : 8559A

N°1039 THÉRAPIE FONDÉE SUR LA PLEINE CONSCIENCE ET LA COMPASSION

N° du stage	1039 1 2026 INTER	**Lieu de stage**	46 rue Amelot 75011 PARIS
Durée du stage	3 jours	**Dates**	du 14/12/2026 au 16/12/2026
Prix	1 100,00 €		

PUBLIC CONCERNÉ

- Professionnels de santé.

PRÉ-REQUIS

- Pas de pré-requis.

INTERVENANTS

- Dr Francis Gheysen, psychiatre, formateur et superviseur pour les formations à la thérapie fondée sur la pleine conscience, la compassion organisées par The Compassionate Mind Foundation France.

OBJECTIFS GLOBAUX

- Diminuer le risque des psychothérapies aboutissant à des sentiments partagés d'épuisement, d'échecs et de répétition.
- Développer un style relationnel donnant aux patients une position de sécurité émotionnelle plus importante.
- S'entraîner à des prises de conscience progressives à partir de son vécu émotionnel en utilisant des séances de méditation et d'imagerie guidée.
- S'ouvrir à la compassion en développant sa sensibilité à sa propre souffrance et à celle des autres avec un engagement profond à essayer de la soulager et de la prévenir.

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- Connaître l'objectif de la TFC et l'intégration de multiples dimensions.
- Connaître le système centré sur l'apaisement et l'affiliation et découvrir le rythme respiratoire apaisant, l'analyse fonctionnelle de l'esprit critique.
- Savoir formuler des menaces pour mieux construire des statégies de sécurité et s'entraîner à la compassion.
- Réfléchir sur la culture de la compassion et savoir ajuster ses curseurs et travailler avec les Selfs.

PROGRAMME

1. La TFC, une psychothérapie intégrant de multiples dimensions.
2. Les données des neurosciences, la psychologie de l'évolution et les trois systèmes de régulation des émotions.
3. Le système centré sur l'apaisement, l'affiliation et le rythme respiratoire apaisant.
4. Le système centré sur les menaces et l'analyse fonctionnelle de l'esprit critique.
5. L'apprentissage de la formulation de menaces et les stratégies de sécurité.
6. L'apprentissage et l'entraînement à la compassion.
7. Travailler avec les flux de la compassion : de soi vers les autres, des autres vers soi et de soi vers soi.
8. L'entraînement au travail avec les différents selfs.
9. Simulation de consultations en binômes alternés.

VALEUR AJOUTÉE

- Etude du livre " La Thérapie Fondée sur la Compassion" de Francis Gheysen aux Editions Elsevir Masson 2022.

N°1039 THÉRAPIE FONDÉE SUR LA PLEINE CONSCIENCE ET LA COMPASSION

INFORMATIONS PRATIQUES

LIEU ET HORAIRES DE LA FORMATION

AFAR

46 rue Amelot 75011 Paris
Tél :01 53 36 80 50
Métro : Chemin Vert (ligne 8), Bastille (ligne 1 et 5)

les horaires sont les suivants :

- **9h-12h15** (dont 15 minutes de pause)
- **13h15-16h30** (dont 15 minutes de pause)

REGLEMENT ET MODE DE PAIEMENT

Les stages sont facturés au terme de l'action de formation. Pour les stages dispensés en plusieurs sessions, les factures sont éditées au terme de chaque session. Le règlement de la formation est exigible à compter du terme de l'action de formation. Une pénalité de 15 % sur le montant total de la facture pourra être exigée par l'Afar si le règlement n'est pas intervenu dans un délai de 30 jours après l'action de formation

DEJEUNER ET HEBERGEMENT

L'Afar n'est pas responsable du stagiaire pendant sa pause déjeuner. Une liste de restaurants à proximité de l'Afar est remise à titre indicatif.

L'Afar n'intervient pas dans la réservation de l'hébergement du stagiaire. Une liste d'hôtels à proximité de l'Afar est remise à titre indicatif.

PRÉINSCRIPTION

Vous pouvez vous préinscrire par téléphone, par mail ou sur le site internet de l'Afar.

ATTESTATIONS DE PRÉSENCE ET DE DPC

Les attestations sont envoyées à l'établissement par voie électronique la semaine suivant le stage.

CONDITIONS D'ANNULATION

Annulation par le stagiaire ou l\établissement : toute annulation peut être faite sans frais si elle parvient à l'Afar au moins 30 jours avant le début de la formation. Pour toute annulation faite moins de 30 jours avant la formation, l'Afar facture un dédit de 50 % des frais de formation, montant non imputable à la contribution financière obligatoire de formation. En cas d'absence ou d'abandon en cours de stage, ce dernier est payable en totalité.

Annulation par l'Afar : L'Afar se réserve le droit d'annuler en cas de force majeure ou en raison d'un nombre insuffisant de participants dans un délai de 30 jours avant l'action programmée.

INSCRIPTION

Un accord de prise en charge financière doit être envoyé par l'établissement à l'Afar. Un accusé de réception est adressé dès réception de l'inscription. Une convocation à remettre au stagiaire et une convention de formation à retourner signée revêtue du cachet de l'établissement sont envoyés à l'établissement au plus tard un mois avant le stage. La convention propose des interventions dont la durée est exprimée en "journée" ou en "demi-journée". Les prix sont exprimés en euros (organisme non assujetti à la TVA). Le prix (non assujetti à la TVA) d'une formation INTER (dans les locaux de l'Afar) est celui visé sur le site internet ; il comprend : l'intervention du/des formateur(s), le matériel pédagogique, les supports pédagogiques remis aux stagiaires.

DEMANDE DE RENSEIGNEMENTS

AFAR

46 rue Amelot 75011 Paris
Tél : 01 53 36 80 50
Fax : 01 48 05 31 51
Email : formation@afar.fr

Site internet : www.afar.fr

N°1039 THÉRAPIE FONDÉE SUR LA PLEINE CONSCIENCE ET LA COMPASSION

N° du stage	1039 1 2026 INTER	**Lieu de stage**	46 rue Amelot 75011 PARIS
Durée du stage	3 jours	**Dates**	du 14/12/2026 au 16/12/2026
Prix	1 100,00 €		

BULLETIN D'INSCRIPTION

☐ STAGE DPC ☐ STAGE FORMATION CONTINUE

ÉTABLISSEMENT

NOM DE L'ÉTABLISSEMENT : .....
RUE : .....
CODE POSTAL : ..... VILLE : .....
NOM DU RESPONSABLE DE FORMATION : .....
TÉL LIGNE DIRECTE : ..... FAX : .....
EMAIL : .....

ADRESSE D'ENVOI DE LA CONVENTION ET DE LA FACTURE (SI DIFFÉRENTE)

NOM DE L'ÉTABLISSEMENT : .....
RUE : .....
CODE POSTAL : ..... VILLE : .....

STAGIAIRE

☐ M. ☐ Mme ☐ Mlle NOM : ..... PRÉNOM : .....
FONCTION : .....
EMAIL : .....
SERVICE : ..... TÉL : .....
LIEU DE TRAVAIL : .....
RUE : .....
CODE POSTAL : ..... VILLE : .....

FAIT À : .....

LE : ..... / ..... / .....

SIGNATURE DU RESPONSABLE DE FORMATION